

Bonjour à tous,

Veillez trouver les étapes à suivre pour se préparer à l'évaluation du compétition-développement:

- Les candidats doivent travailler avec un athlète qu'ils ont activement entraîné en vue des championnats où ils seront évalués. Ces athlètes doivent avoir atteint la norme minimale de qualification leur permettant de participer aux championnats nationaux seniors d'haltérophilie.
- Le candidat doit aviser son association provinciale de son intention d'être évalué lors des Championnats canadiens seniors d'haltérophilie. Le directeur provincial doit remplir et signer le formulaire ajouté à ce message et le retourner à fgravelle@me.com le 10 avril 2022.
- Des frais seront facturés au candidat pour couvrir les coûts des évaluations.

Prérequis des candidats pour être évalués :

- Certifié comme entraîneur Compétition-Introduction
- Formé au Compétition-Développement :
 - Doit avoir complété l'atelier d'haltérophilie Compétition-Développement
 - Doit avoir complété les trois évaluations en ligne
 - Évaluation en ligne Diriger un sport sans drogue.
 - Gérer les conflits Évaluation en ligne.
 - Prendre des décisions éthiques Évaluation en ligne (Si l'évaluation s'est faite dans le contexte de compétition-introduction, il n'est pas nécessaire d'être réévaluer).

Portfolio :

- Les candidats doivent remplir et soumettre un portfolio d'entraîneur au plus tard le **1er mai 2022**, par courriel à fgravelle@me.com. (Voir Formulaire Requis d'évaluation).
 - Chaque partie du portfolio doit être dûment complétée pour télécharger le portfolio se rendre à l'adresse internet suivante : <https://weightliftingcanada.ca/programs/the-national-coaching-certification-program/>.
- Le portfolio doit contenir une description détaillée des six semaines précédant la compétition.

Le portfolio doit contenir un plan d'un an contenant les éléments suivants :

- Les dates prévues des compétitions durant le cycle annuel, le lieu et les levés prévus.
- Un plan détaillé d'une semaine pour la période de conditionnement général qui est effectuée au début du cycle d'entraînement.
- Les six dernières semaines d'entraînement avant les Championnats canadiens. Ces six semaines comprennent a) la dernière semaine de la dernière phase de préparation du cycle annuel, b) une semaine de transition et c) 4 semaines de phase de compétition.
- Toutes les phases du programme de planification annuelle exigent ce qui suit : fréquence d'entraînement, charge détaillée en pourcentages, nom des exercices et ordre dans lequel ils seront effectués, nombre total de répétitions pour chaque séance d'entraînement.

Évaluation pratique :

- Le candidat doit entraîner son athlète pendant toute la durée du plan annuel soumis en vue des championnats canadiens.
- Le candidat doit se présenter avec son athlète qui a atteint la norme canadienne senior minimale spécifique à sa catégorie de poids avant la fin de la période de qualification.

Cordialement,



François Gravelle, Ph.D. MCD

CWFHC National Coaching Committee (Chair)

689 Farmbrook Cres

Ottawa, Ontario, K4A 2L3

Canada

fgravelle@me.com